**Двадцать семь методов коррекции аутизма с доказанной эффективностью**

Анализ 29 000 научных статей позволил установить, какие подходы к коррекции аутизма можно однозначно рекомендовать специалистам и родителям



Национальный центр профессионального развития в области расстройств аутистического спектра США в январе этого года опубликовал долгожданный отчет о практиках для детей и молодых людей с аутизмом, эффективность которых была подтверждена научными исследованиями. Отчет подготовила группа ученых из Института детского развития Франка Портера Грэхама при Университете Северной Каролины, США. Авторы проанализировали 29 000 научных статей о расстройствах аутистического спектра и выявили самые надежные исследования по методам вмешательств при аутизме, начиная от рождения и до возраста 22 лет.

«Аутизм диагностируется у все большего числа детей, — говорит директор института, Сэмюель Л. Одом, один из главных авторов нового отчета. — Мы стали выявлять их раньше, благодаря лучшему инструментарию, и эти дети нуждаются в подходящих для них услугах».

Средняя стоимость аутизма в течение жизни в США достигает 3,2 миллионов долларов на человека, но ранняя диагностика и эффективные методы помощи уменьшают затраты, связанные с поддержкой человека с аутизмом, на две трети.

«Некоторые методы могут показаться передовыми технологиями, но в действительности мы просто пока не знаем их недостатков и проблемных аспектов, — говорит исследователь института, Конни Вонг, которая участвовала в разработке нового отчета. — Наш отчет включает только испытанные методы».

«Эти доказательные методы чрезвычайно ценны, — добавляет Шарлотта Крейн, педагог-консультант по аутизму и сертифицированный поведенческий аналитик из школьного округа Лоудон в городе Лисбург, штат Вирджиния. — Этот отчет позволяет нам всем говорить на одном языке и предоставляет последовательный список вмешательств, основанных на научных исследованиях».

Кристин Ганли и Карен Берлин, специалисты по обучению и технологиям в Университете Джорджа Мэйсона, полагаются на эти отчеты по практикам, основанным на научных доказательствах, когда помогают людям в профессиональном развитии. «Мы не предоставляем обучения по тем методам, которые не включены в этот отчет», — говорит Берлин.

По словам Ганли и Берлин, до того как Национальный центр профессионального развития начал публиковать свои комплексные обзоры существующих исследований, методы коррекции для детей с аутизмом вызывали большие споры. «Поиск в Интернете выдает столько подходов, сколько есть авторов, а уровень мастерства в каждом из методов был редкостью», — говорит Ганли.

«Если нет надежного отчета по практикам, основанным на научных доказательствах, то коррекция будет строиться на мифах», — говорит Ганли.

Последний отчет был опубликован в 2008 году и включал 24 практики. В новом отчете одна из этих практик была исключена из-за более строгих критериев, кроме того, ученые переименовали и расширили одну из категорий — «инструкции с помощью технологий» — и добавили еще 5 практик, включая «физические упражнения» и «структурированные группы для игр».

«Расширение списка эффективных практик предоставляет педагогам и специалистам больше инструментов, — говорит Ганли. — Это улучшает прогноз для детей с РАС».

Отчет важен не только специалистам, он также может быть полезным инструментом для семей. «Очень часто родители платят за методы, которые не поддержаны никакими доказательствами, но этот отчет позволит им сделать наилучший выбор», — считает Одом.

Алисон Смит, мать четырехлетних мальчиков-близнецов с аутизмом, воспользовалась этим отчетом, чтобы добиться необходимых услуг для своих сыновей.

«Знание — сила, говорит Смит. — Знание о том, что действительно работает, дает тебе преимущество при поиске подходящей терапии и инструментов».

По словам Смит, видеомоделирование — практика, уже давно включенная в список отчета — помогло ее мальчикам научиться сдувать перышко. Развитие этого важного моторного навыка часто связывают со способностью говорить.

«Они никак не могли научиться сдувать перышко, пока не начали смотреть, как их старший брат делает это на видео, — говорит она, хотя тераписты много месяцев работали над этим навыком индивидуально. — Но им было достаточно несколько раз посмотреть короткий клип, и оба мальчика поняли, что нужно делать».

«Возможность исследовать существующие практики и дальнейшие попытки их применить избавили нас от необходимости гадать, — говорит Смит. — Если бы не было никакого обзора практик, основанных на научных доказательствах, то многие дети остались бы без вмешательств и услуг, которые наиболее важны для них».

**Краткий перечень практик**

1. **Вмешательства, основанные на контроле антецедентов.**Антецеденты — термин из прикладного анализа поведения (ABA), стимулы, которые предшествуют поведению. Контроль антецедентов означает анализ ситуаций, в которых происходит то или иное поведение, и изменения в окружающей обстановке или условиях, что приводит к уменьшению нежелательного поведения.

2. **Когнитивно-поведенческие вмешательства (когнитивно-поведенческая психотерапия).** Метод связан с инструкциями по контролю над своими представлениями о тех или иных ситуациях, что ведет к изменениям в поведении.

3. **Дифференциальное поощрение альтернативного, несовместимого или другого поведения.** Основанный на прикладном анализе поведения метод коррекции нежелательного поведения, включающий предоставление позитивных/желательных последствий за определенное поведение или отсутствие нежелательного поведения. Поощрение предоставляется: а) когда ученик демонстрирует желательное поведение, отличное от нежелательного поведения; б) когда ученик демонстрирует поведение, физически несовместимое с нежелательным поведением; или когда в) ученик не проявляет неуместного поведения.

4. **Обучение методом отдельных блоков.** Метод обучения, обычно происходящего между одним инструктором/специалистом и одним учеником/клиентом, направленный на обучение конкретным навыкам или желательному поведению. Инструкции обычно включают множество проб подряд. Каждая проба состоит из инструкции/презентации специалиста, реакции ученика, последствия в соответствии с тщательно составленным планом и паузы перед следующей инструкцией.

5. **Физические упражнения.** Повышенные физические нагрузки с целью уменьшить проблемное поведение и увеличить уместное поведение.

6. **Техника угасания.** Отмена или устранение поощрения мешающего поведения с целью уменьшения частоты этого поведения. Хотя эта техника может применяться как отдельный метод, часто она используется в рамках функционального анализа поведения, тренинга функциональной коммуникации и дифференциального поощрения.

7. **Функциональный анализ поведения.** Систематический сбор информации о мешающем виде поведения для определения функциональных обстоятельств, поддерживающих это поведение. Функциональный анализ поведения состоит из описания мешающего или проблемного поведения, определения предшествующих и последующих событий, которые контролируют это поведение, разработки гипотезы о функции этого поведения и/или тестирования этой гипотезы.

8. **Тренинг функциональной коммуникации.** Замещение проблемного поведения, имеющего коммуникативную функцию, более приемлемой коммуникацией, которая выполняет ту же функцию. Обычно тренинг функциональной коммуникации включает функциональный анализ поведения, дифференциальное поощрение и технику угасания.

9. **Моделирование.** Демонстрация желательного целевого поведения, которая приводит к имитации этого поведения учеником, что приводит к закреплению имитируемого поведения. Моделирование часто сочетается с другими поведенческими стратегиями, такими как подсказки и поощрение.

10. **Вмешательство в естественных условиях.** Стратегии вмешательства, которые происходят в обычных ситуациях, во время типичных занятий или распорядка дня из жизни ученика. Педагоги/специалисты привлекают интерес ученика к обучающему событию, манипулируя ситуацией/занятием/распорядком, предоставляют ученику необходимую поддержку для демонстрации целевого поведения, подчеркивают поведение, когда оно происходит, и/или предоставляют естественные поощрения за целевые навыки или поведение.

11. **Вмешательства, проводимые родителями.** Родители предоставляют индивидуальное вмешательство для своего ребенка с целью обучения его различным навыкам и/или уменьшения мешающего поведения. Для этого родители проходят структурированные программы обучения по проведению вмешательств на дому и/или в общественных местах.

12. **Вмешательства и инструкции с участием ровесников.**Типично развивающиеся сверстники общаются и/или помогают детям и молодым людям с РАС научиться новому поведению, коммуникации и социальным навыкам, увеличивая возможности для общения и обучения в естественной обстановке. Учителя/специалисты систематически обучают ровесников стратегиям того, как вовлечь детей и молодых людей с РАС в позитивное и продолжительное социальное взаимодействие как во время занятий, управляемых педагогом, так и во время занятий, которые инициирует сам ученик.

13. **Система коммуникации обменом изображениями (PECS).** Первоначально ученика обучают давать изображение желаемого объекта партнеру по коммуникации, чтобы получить желаемый объект. PECS состоит из нескольких фаз: а) «как» вступать в коммуникацию, б) настойчивость и преодоление расстояния для коммуникации, в) выбор нужного изображения, г) структура предложения, д) просьба в ответ на вопрос и е) комментирование.

14. **Тренинг ключевых реакций.** Ключевые переменные обучения (например, мотивация, реакция на множественные сигналы, саморегуляция и самостоятельная инициация) направляют практики вмешательства, которое проводится в условиях, определяемых интересами и инициативой ученика.

15. **Подсказки.** Вербальная, жестовая или физическая помощь, которая предоставляется ученику при освоении целевого поведения или навыка. Подсказки, как правило, предоставляются взрослым или ровесником до того, как ученик попробует применить навык.

16. **Положительное поощрение.** Событие, занятие или другие условия, которые следуют за желательным поведением со стороны ученика и которые приводят к учащению такого поведения в будущем.

17. **Прерывание реакции/перенаправление.** Использование подсказки, комментария или другого отвлекающего фактора, который переключает внимание ученика от мешающего поведения и приводит к его уменьшению.

18. **Сценарии.** Вербальное и/или письменное описание конкретного навыка или ситуации, которое становится моделью для ученика. Как правило, сценарии отрабатываются много раз до того как применяются в естественных условиях.

19. **Обучение управлению своим поведением.** Обучение ученика навыкам различать уместное и неуместное поведение, наблюдать за своим поведением и вести записи о нем, а также награждать самого себя за желательное поведение.

20. **Социальные истории.** Истории, описывающие социальные ситуации, включая детальные описания важных факторов и примеры уместных для ситуации реакций. Социальные истории являются индивидуальными и соответствуют потребностям ученика, обычно они очень короткие, включают картинки и другие визуальные подсказки.

21. **Тренинг социальных навыков.** Групповое или индивидуальное обучение учеников с расстройствами аутистического спектра (РАС) адекватному и уместному поведению со взрослыми, ровесниками и другими людьми. Большинство встреч по тренингу социальных навыков включают знакомство с основными концепциями, проигрыши по ролям или практику, а также обратную связь, которая поможет ученику с РАС развивать и практиковать навыки коммуникации, игр или общения для позитивного взаимодействия с ровесниками.

22. **Структурированная группа для игр.** Занятия в маленькой группе, которые происходят в определенном месте и в определенном порядке, для участия в группе привлекаются дети с типичным развитием, группу ведет взрослый, который определяет тему игры и роли, подсказывает и помогает ученику справиться с целями занятия.

23. **Анализ задач.** Процесс, в рамках которого занятие или поведение разбивается на маленькие и простые для выполнения шаги для обучения данному навыку. С целью облегчения обучения отдельным шагам применяется положительное поощрение, видеомоделирование или отсрочка по времени.

24. **Инструкции и вмешательства с помощью технологий.**Инструкции и вмешательства, в которых технологии играют центральную роль, поддерживая достижение учеником цели. Технология определялась как «любой предмет/оборудование/приложение/виртуальная сеть, которая применяется целенаправленно для увеличения/поддержания и/или улучшения повседневной жизни, работы/продуктивности и способностей к досугу/отдыху у подростков с расстройствами аутистического спектра» (Odom, Thompson, et al ., 2013).

25. **Отсрочка по времени.** В ситуации, когда ученик должен продемонстрировать определенное поведение или навык, происходит задержка между возможностью применить навык и дополнительными инструкциями или подсказками.

26. **Видеомоделирование.** Визуальное моделирование целевого поведения или навыка (как правило, в области поведения, речи, коммуникации, игровых и социальных навыков), которое демонстрируется с помощью видеозаписи и воспроизводящего оборудования для облегчения обучения или инициации желательного поведения или навыка.

27. **Визуальная поддержка.** Визуальные материалы, которые помогают ученику демонстрировать желательное поведение или навыки самостоятельно и без подсказок. Примеры визуальной поддержки включают изображения, письменную речь, предметы, модификации окружающей среды и визуальных границ, визуальные расписания, карты, ярлыки, системы организации и временные шкалы.

**Взято с сайта: http://outfund.ru**